

### 答疑解惑

## 定金和订金有啥区别

今年的双十一活动已经启动，数不清的商品、看不懂的规则、算不明白的折扣让许多人眼花缭乱。定金要不要付？定金和订金有什么不同？打折商品能否退换？商品明降暗涨算不算欺诈？一起来解密双十一期间可能存在的那些套路。

问：一时冲动付了定金，还有后悔的机会吗？商家收了定金不发货，又该怎么办？

答：定金具有担保合同履行之意。民法典规定，当事人可以约定一方方向对方给付定金作为债权的担保。定金合同自实际交付定金时成立。定金的数额由当事人约定，但是不得超过主合同标的额的百分之二十，超过部分不产生定金的效力。实际交付的定金数额多于或者少于约定数额的，视为变更约定的定金数额。

民法典同时规定，债务人履行债务的，定金应当抵作价款或者收回。给付定金的一方不履行债务或者履行债务不符合约定，致使不能实现合同目的，无权请求返还定金；收受定金的一方不履行债务或者履行债务不符合约定，致使不能实现合同目的，应当双倍返还定金。

若支付定金后后悔，可以在支付尾款后选择全额退款，从而降低损失。

问：定金不能退，订金、预付款、意向金等又该如何理解？

答：严格地讲，订金并非法律概念。其目的在于缓解收受订金一方的资金周转短缺，从而增强其履约能力。

一般情况下，交付的订金视为预付款。在交易成功时，订金充当货款。在交易失败时，订金应全额返还，收受订金的一方即使违约，仍应承担返还订金的义务。订金不具备定金性质，交付订金的一方主张定金权利的，人民法院不予支持。双方在签订商品买卖合同后，订金应及时退还或抵作价款。

总的来说，预付款、订金、意向金均不

属于定金，下单前一定要仔细辨别，要注意，订金能退，定金不能退。

问：熬夜、凑单就是为了省点钱，却发现所谓的活动是某些商家先涨价再降价的陷阱。法律对明降暗涨是如何定义的？

答：商家虚构原价、暗中提价的行为涉嫌价格欺诈，卖家构成欺诈的，买家可以要求退一赔三。消费者权益保护法规定，经营者提供商品或者服务有欺诈行为的，应当按照消费者的要求增加赔偿其受到的损失，增加赔偿的金额为消费者购买商品的价款或者接受服务的费用的三倍；增加赔偿的金额不足五百元的，为五百元。法律另有规定的，依照其规定。

因此，消费者遇此情况应保留消费凭证和沟通记录，向电商平台或消费者协会举报并索赔。

问：打折、参加活动的商品一经出售概不退换，商家如此规定能获得法律支持吗？

答：如果商品出现质量问题的话，不受七天时间的限制。但也不是所有商品都可以七天无理由退货。消费者权益保护法规定，经营者采用网络、电视、电话、邮购等方式销售商品，消费者有权自收到商品之日起七日内退货，且无须说明理由。

但下列商品除外：(一)消费者定作的；(二)鲜活易腐的；(三)在线下载或者消费者拆封的音像制品、计算机软件等数字化商品；(四)交付的报纸、



期刊。除前款所列商品外，其他根据商品性质并经消费者在购买时确认不宜退货的商品，不适用无理由退货。

消费者退货的商品应当保持完好。经营者应当自收到退回商品之日起七日内返还消费者支付的商品价款。退回商品的运费由消费者承担；经营者和消费者另有约定的，按照约定。

(据法治日报)

### 新华网评

## 还消费者安宁有序的双11

黄鑫

一年一度的双11购物狂欢已经开启，各种各样的促销信息也铺天盖地而来，有点让人不胜其烦，从促销效果看也往往得不偿失。

日前，工业和信息化部信息通信管理局组织主要电商平台企业、相关基础电信企业和短信息服务企业召开行政指导会，聚焦群众反映强烈的营销短信扰民问题，规范电商平台短信营销行为。在双11活动中，需要涉及电商经营的各方严格自律，规范短信营销秩序，向垃圾短信说不，保护消费者在双11活动中安宁消费的权利，营造更加友善、有序的消费环境。

不当短信营销行为侵害了消费者权益。许多消费者都遇到过类似经历，在某网络平台购买过商品后，就经常收到商家发来的营销短信。实际上，随着消费者对消费品质和消费体验要求的提高，这种漫天撒网式的短信营销的有效性已大大减弱，甚至

会引起消费者对品牌形象的反感。近年来，双11等促销类垃圾短信投诉呈集中爆发态势，其中电商平台的相关投诉占比高达九成，且衍生出大量相关消费金融类垃圾信息举报。

国家对个人信息保护、垃圾短信治理力度不断加大。在数字经济时代，商家获取消费者个人信息更加容易，滋生了滥用个人信息开展商业营销活动等诸多不良现象。11月1日，《个人信息保护法》正式实施，作为一部保护公民个人信息的专门法律，将与《民法典》《数据安全法》《电子商务法》《消费者权益保护法》等共同编织一张消费者个人信息的保护网。下一步，还要在执法环节加强惩戒力度，提高违法违规成本，起到震慑和警示作用，规范短信营销行为，有效治理垃圾短信，还消费者一个安宁有序的双11。

营造安宁有序的双11需要各方合力。电商

平台企业要将规范营销行为作为双11活动的一部分，既重视销售数据，也重视消费者的权益和体验。要制定营销预案和规则，全面展开自查，纠正产品和服务的短信营销行为，未经消费者同意或请求不得擅自发送营销短信，切实承担起平台管理责任。网上商家要规范自律，在合法合规的前提下，多在提升消费品质、改善消费体验、满足多样化消费需求等方面下功夫。相关基础电信企业和短信息服务企业要完善管理制度和技术手段，加强短信端口接入管理和使用过程监管，推动常态化治理。要健全便捷的举报机制，相关举报平台应加强垃圾信息举报受理、线索转办及监测分析。同时，也需要消费者提高参与度，对于不当短信营销行为不能一味忍耐，鼓励通过正当举报行为，促进平台和商家自律。

### 健康提醒

## 有些疼痛拖不得 当心小病成大病



生活中，有一种疼痛如同温水煮青蛙，它发生缓慢，很容易被人们忽视，或者觉得忍忍就过去了，这就是医学上所称的慢性疼痛。慢性疼痛给人们的身心带来伤害，让生活降质下降，更重要的是，人们对它的忍气吞声是最大的误区，很可能带来严重的后果。今天，疼痛科医生就来给大家介绍五种最不能忽视的疼痛。

**慢性头疼** 持续一个月必须治疗  
对于突然发生的剧烈头疼，大家感觉难忍，都会立刻去医院检查。然而，对于慢性头疼，很多人不以为意，认为是小毛病。也有很多患者经过X线、CT，甚至磁共振等检查无异常，也就不理会了。其实，这很不对。对于持续一个月以上的慢性头疼必须积极治疗。慢性头疼不仅仅会影响生活质量，导致心烦、失眠等，还会降低身体抵抗力、降

低机体反应性及应急能力，甚至影响人体多系统脏器机能。

《世界卫生组织蓝皮书》指出，控制好偏头疼，能使全球GDP上升两三个百分点。可见，头疼还是能影响国计民生的大事。

**颈肩部僵硬** 严重者可危及生命  
脖子和肩膀僵硬或者疼痛，一般是颈肩部长期保持一个姿势，又不注意活动造成的。

现在人们往往在电脑前坐一天，缺少活动，平时还有很多人天天手机不离手，总是低头看手机，或者是司机等等，这些人群都会经常出现脖子和肩膀僵硬，长期的不良习惯，可能造成颈椎逐渐老化退变。等到椎间盘突出压迫脊髓或者骨质增生压迫神经血管，出现严重的神经病、头晕，以及行动障碍时，可能就需要开刀手术解决，甚至有时候开刀手术也不能完全改善严重的症状了，此时悔之晚矣。

另外需要注意，颈肩部疼痛可能不只是颈椎问题，心脏的神经反射区也有可能投射到颈肩，因此，颈椎疼痛也要积极检查，千万不可大意，以防忽视导致生命危险。

**带状疱疹后神经痛** 拖成顽疾可致抑郁  
得带状疱疹一个月，仍然有遗留下的疼痛，我们称为带状疱疹后神经痛。

这种疼痛表现多样，但多为自发性或诱发性，发作时常有针刺、刀割、烧灼、虫咬的感觉，轻微触碰、风吹、接触衣服或温度的微小变化都可能诱发疼痛，痛起来让人生不如死。

如果积极治疗，大部分后神经痛会逐渐改善。但如果不加重视，坐等疼痛消失，等带状疱疹的疼痛恶性循环累及和侵蚀脊髓背根神经节甚至脊髓背角，就可能遗留非常顽固而剧烈的神经痛，造成严重后果。

长期的剧痛可导致抑郁、躁狂等精神-心理疾病，使患者逐步进入疼痛-自我紧张和生活能力丧失-疼痛加重-恶性循环。

**慢性腰疼** 置之不理可丧失行动力  
慢性腰疼最常见的病因是腰肌劳损。腰肌劳损是慢性的腰部劳损，也是人人皆知的一种腰部疾病。大多数人对它的态度是拖着不治。

它主要由两种原因引起，一种是急性腰部扭伤后，未能及时合理地治疗，从而形成了慢性腰肌创伤性瘢痕及粘连形成，减弱了腰肌的力量，产生了腰痛。另一种原因是长期的、积累性的腰部微小创伤积累所致，如一些长期处于坐位工作，经常在非生理位置下操作的修理工，以及长期固定姿势工作的钟表工、打字员等。此外，一些需要弯腰的劳动者，如果他们平时不注意体位及加强腰背肌锻炼，均可有腰部的积累性损伤，形成腰肌劳损。

长期的腰痛，最终会导致脊柱稳定系统功能失调，脊柱变形加速，后期可能发展成为神经的不可逆严重卡压，导致不能忍受的腰痛和下肢的放射痛。严重者影响到大小便功能，甚至丧失一部分或全部行动能力。

**糖尿病性周围神经痛** 可致截肢

糖尿病患者出现手脚发麻，像戴上手套(袜)套，或有针刺样感觉，遇到这种疼痛，有可能是糖尿病并发周围神经损害。出现这种神经痛，如果足够重视，严密监测血糖水平，并且积极治疗，内分泌科大夫与疼痛科医生协作，有可能控制其进展甚至逐渐缓解病情。

可如果仍未引起足够重视，任由其发展，后期神经病变就会进一步加重恶化，出现神经病理性疼痛，这意味着患者保护性感觉功能异常，严重的还会出现感觉缺失，绝望和无能为力感，甚至也可导致抑郁，严重影响患者生活质量。

已知糖尿病周围神经病变是糖尿病患者足部溃疡形成的主要危险因素之一，足部溃疡高危害者，最终有可能导致感染坏疽，患者最终截肢。

## 健康码变色了？请记住这份改码秘籍

自新冠疫情发生以来，健康码改码一直是市民关心的热点问题。虽然网络上针对改码问题的攻略很多，但长沙线下改码的关键步骤多未明确。

月前，长沙市疾控中心经与相关部门、区县市疾控对接核实，将健康码改码申诉的关键步骤制成秘籍，送给广大市民。

### 【秘籍一】

请市民朋友在发现健康码变码之后，先自查最近14天内是否去过中高风险地区；自查是否到过有本土病例发生的街道(乡镇)；自查是否与公布的确诊病例活动轨迹有交叉等情况。如有以上情况，此类人员不接受改码申请，请主动向社区报备并配合落实管控措施，管控结束后会自行转为绿码。

### 【秘籍二】

满足防疫规定改码条件的长沙市民，或在实施管控措施之后健康码未转为绿码的，可按以下两种方式进行改码申诉：

●线上申诉渠道  
通过关注健康320微信公众号，按流程提示填写个人信息、提交佐证资料自助申诉改码；

●线下申诉渠道(敲重点)  
1.向当地社区居委会(村委会)报备(不直接向区县市疾控报备)，并提供以下资料：

- (1)基本情况：姓名、身份证号码、联系电话等
- (2)提供近14天行动轨迹：行程码截图
- (3)多次核酸检测阴性报告：具体次数视不同红黄码变码原因而定，两次核酸检测至少间隔24小时
- (4)其他佐证资料：购退票记录、消费记录等

2.当地社区居委会(村委会)接到申诉申请后，将初审符合改码条件的人员资料统一整理上报，由区县疾控中心进一步调查核实后进行改码操作。

●需要提醒的是：  
1.健康码是国家通过大数据对居民可能涉及疫情风险的一种评估，提供虚假材料改码导致疫情传播和扩散，需承担相应的法律责任。

2.当前健康码申诉工作量巨大，请市民朋友优先通过线上申诉渠道进行改码申诉；若线上申诉不能解决问题，再采用线下申诉渠道。线下申诉过程中，要做好个人防护，避免人员聚集扎堆。

3.改码申请是一个严格的流程，需要经过调查和审核，改码时间约1-2天，请市民朋友们提交资料后耐心等待，疾控部门在接到资料后一定会及时处理。

4.改码成功之后，由于个人行程的原因，可能会再次出现变成红码或黄码的情况，疫情期间请市民朋友们合理安排出行，减少不必要的外出。(据网络)

### 防疫科普知识

## 新冠疫苗加强针可以混打吗

最近世界卫生组织有一个免疫战略咨询专家组，召开了关于疫苗使用的专门会议，会议上对脊灰疫苗、流感疫苗、疟疾疫苗以及我们关注的新冠疫苗提出了相应的建议，这里也提到关于加强免疫的问题。从加强免疫上他们建议使用同源疫苗，就是相同技术路线的疫苗，尤其是灭活疫苗建议开展后续增加针次加强免疫接种。也考虑了不同技术路线，也就是异源疫苗接种的问题，异源疫苗接种专业上来说是序贯免疫，关于序贯免疫在新冠这一块如果采取一个措施的话，必须有它的证据、有它的研究结果。后续会根据相关企业研究的序贯免疫结果来进行论证，提出相关建议。

我国目前采取的加强免疫接种策略是同源疫苗接种。即使用灭活疫苗完成全程免疫的还是用灭活疫苗加强，使用腺病毒载体疫苗完成全程免疫的还是用腺病毒载体疫苗加强。



本栏目由县疾控中心协办

### 科学辟谣

## 只要使用加湿器就会导致呼吸道疾病?并非如此

【传言】冬季，加湿器成为了很多家庭的必备小家电。然而，关于加湿器的一些说法也让很多人在用与不用之间犹豫不决，比如，只要使用加湿器就会导致呼吸道疾病。

【真相】加湿器使用不当有可能导致身体出现呼吸道疾病，但这是加湿器使用不当所致。比如加湿器未被及时清洁而吸附和滋生了细菌、病毒，再经过加湿器变成含菌的水雾被吸入呼吸道而引发各种呼吸道疾患；加湿时间过长导致空气湿度大，空气中的细菌病毒生长后随呼吸吸入肺部，引起呼吸道症状；加湿器中水质不好，经加湿器形成带菌的水雾吸入肺内导致一系列呼吸道疾患。此外，患有风湿、类风湿性关节炎、慢性肺部疾患的病人及老人、儿童等人群不建议使用加湿器。其余人群都可以正常使用加湿器来改善空气湿度。(据网络)

